

蘇陽小 体カアッププログラム

春休み中にしっかり体を動かしましょう！！



参考サイト

- ・ 伝承遊びがたくさんのもっている 「アクティブチャイルドプログラム」

https://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/acp/shidousya_saddlepress_demon.html

- ・ 「ソトイコ」 ～かけっこはやくなるプロジェクト～

第1回 <https://sotoiko.net/pickup/fastrunproject01/>

第2回 <https://sotoiko.net/pickup/fastrunproject02/>

第3回 <https://sotoiko.net/pickup/fastrunproject03/>



- ・ ぜひ親子でやってみてください

「子供の体カホームページ」 ～やってみよう運動遊び～

https://www.recreation.or.jp/kodomo/play/play_list.php?c_code=CA1

- ・ ボール1つあればできる 「サカイク」

～低学年からできるコーディネーショントレーニング6選～

<https://www.sakaiku.jp/matome/2015/008399.html>



- ・ なわとびカード ～めざせ なわとび名人～